



La obesidad con diabetes ya afecta a los niños

Un 30% de los españoles con sobrepeso puede ser prediabético y más del 16% ya ha desarrollado esta enfermedad

■ **RAFAEL HERRERO**

MADRID. Los expertos han acuñado el término 'diabesidad' para definir la situación clínica de las personas obesas que tienen asociado un problema de diabetes tipo 2. Esta expresión médica, que todavía no ha calado en la opinión pública, tiene todos los visos de ser perfectamente comprensible a la vuelta de unos años, ya que cada vez son más patentes y numerosos los casos en que ambos trastornos se dan en una misma persona. Y, aunque con incidencia mucho menor, es preocupante que ambas dolencias comienzan a presentarse también en la infancia y la adolescencia, algo impensable escasos años atrás.

Hasta un 30% de los españoles que sufren obesidad puede ser prediabético, porcentaje que aumenta hasta el 38% de las personas con obesidad severa, y más de un 16% ya ha desarrollado diabetes, cifra que supera el

20% en los casos de obesidad severa. Las epidemias de obesidad y diabetes discurren en paralelo y su confluencia, la 'diabesidad', no sólo afecta a la población adulta, ya que se está reproduciendo en la población infanto-juvenil. Según datos de una investigación española inédita, uno de cada diez adolescentes con obesidad mórbida presenta prediabetes y casi el 1% de ellos es diabético. El estudio fue realizado por la doctora Susana Monereo, jefa del Servicio de Endocrinología y Nutrición del Hospital de Getafe (Madrid).

Menor esperanza de vida

Se estima que al menos un 70% de las personas con prediabetes (valor de la glucemia en ayunas entre 100 y 125 mg/dl) evoluciona con el tiempo a la diabetes (por encima de 125 mg/dl). Los factores que precipitan este proceso son tener una obesidad de predominio abdominal (o una circunferencia abdominal prominente), antecedentes familiares de diabetes o antecedentes personales de diabetes gestacional y llevar un estilo de vida poco saludable. Según el estudio Dieta y Riesgo de Enfermedad Cardiovascular en España (DRECE), la diabetes tipo 2 está presente en cerca de

tres millones de personas y la prevalencia global de esta patología en España es del 6,5. En el caso de la prediabetes, la prevalencia global se estima en un 18% en la población adulta general.

Los especialistas subrayan que perder unos kilos y cambiar los hábitos de vida para que esa pérdida de peso se mantenga puede hacer que la prediabetes desaparezca. Y la primera norma para reducir peso consiste en adquirir una serie de pautas saludables en torno a la alimentación y la actividad física. Roberto Sabrido, presidente de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN), incidió en que la obesidad es la «segunda causa de muerte evitable después del tabaco; se ha convertido en la primera pandemia no infecciosa del siglo XXI que causa otras múltiples patologías».

Que la obesidad es un fenómeno epidémico también lo revela su incidencia entre la población infanto-juvenil, donde un 26% presenta exceso de peso (12% con sobrepeso y 14% con obesidad), según recalcó Monereo. De cara a los próximos años, la epidemia de 'diabesidad' seguirá un curso ascendente y progresivo, como en todos los países desarrollados.